

GAMBARAN STATUS GIZI SISWA SEKOLAH BASKET DBL ACADEMY DI SURABAYA SELATAN

Didit Pamungkas¹
STKIP PGRI Bangkalan
didit@stkipgri-bkl.ac.id

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran status gizi di sekolah basket DBL Academy yang berada di Surabaya selatan.

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif yang menggunakan metode survey menggunakan tes dan pengukuran. Subjek dalam penelitian ini adalah seluruh siswa sekolah basket DBL Academy di daerah Surabaya selatan yang berjumlah 89 siswa yang terbagi menjadi tiga *stage* yaitu 22 siswa untuk *stage Hoops*, 40 siswa untuk *stage Rookie*, 27 siswa untuk *stage Starter*. Untuk teknik analisis data menggunakan analisis deskriptif yang dituangkan dalam bentuk persentase kategori status gizi siswa sekolah basket DBL Academy di daerah Surabaya Selatan.

Hasil penelitian ini menunjukkan. siswa dengan status gizi kurus berjumlah 1,1%, untuk anak dengan status gizi normal berjumlah 50,6%, anak dengan status gizi gemuk berjumlah 23,6% dan untuk anak dengan status gizi obesitas berjumlah 24,7%. Sedangkan berdasarkan stage yaitu, pada *stage Hoops* siswa dengan kategori status gizi obesitas sebesar 45,5% sejumlah 10 siswa, untuk status gizi gemuk yaitu 22,7% sejumlah 5 siswa, untuk status gizi normal 27,3% sejumlah 6 siswa serta status gizi kurus 4,5% sejumlah 1 siswa. Untuk *stage Rookie* diketahui siswa dengan status gizi normal sebesar 62% dengan jumlah 25 siswa, untuk status gizi gemuk 17,5% sejumlah 7 siswa dan dengan status gizi obesitas 20% sejumlah 8 siswa. Untuk *stage Starter* diketahui siswa dengan status gizi normal sebesar 51,9% sejumlah 14 siswa, dan untuk siswa dengan status gizi gemuk sebesar 33,3% dengan jumlah 9 siswa serta siswa yang memiliki status gizi obesitas sebesar 14,8% dengan jumlah 4 siswa

Kata Kunci : *Gizi, Sekolah Basket, DBL Academy*

PENDAHULUAN

Peningkatan sumber daya manusia merupakan tujuan yang akan dicapai dalam melaksanakan pembangunan nasional. Peningkatan tersebut diharapkan mencapai tingkat sumber daya manusia yang berkualitas dengan memiliki fisik

dan mental yang tangguh serta memiliki kesehatan yang prima. Salah satu hal yang paling penting dalam menjalankan tujuan tersebut adalah memulai dengan membangun individual yang sehat dan memiliki status gizi yang baik pula.

Untuk dapat menjalankan fungsinya sebagai individual yang berperan dalam penerus masa depan, anak harus disiapkan dengan sebaik-baiknya. Menurut Endang Rini: “Gizi merupakan salah satu faktor yang mutlak diperlukan dalam proses tumbuh kembang fisik, sistem saraf dan otak, serta tingkat intelektualitas dan kecerdasan manusia”. Status gizi yang baik akan membantu sumber daya manusia dalam menjalankan proses pendidikan. Dan akan membantu mendukung institusi pendidikan untuk berkembang secara optimal sebagaimana yang seharusnya diharapkan.

Seperti yang dielaskan Adianto 2010 Dalam Mutmainnah dan Djunaidi Ilmu gizi khususnya *sport nutrition* bukan hal yang sepele, bahkan ikut menentukan kebugaran pemain. Berkaitan dengan olahraga Bola basket itu sendiri yang sering dikemukakan sebagai olahraga yang cukup kompleks akan membutuhkan perhatian dan keahlian yang lebih pula. Jadi *sport nutrition* salah satu hal yang harus dikembangkan secara mendalam terutama dalam usia perkembangan

anak usia dini. Sehingga mengetahui bagaimana dan dalam kategori apa suatu status gizi dapat menentukan bagaimana langkah yang akan dilakukan selanjutnya terutama jika *sports nutrition* akan dihubungkan dengan olahraga basket

Bola basket merupakan cabang olahraga yang cukup kompleks dimana melibatkan berbagai aspek kebugaran jasmani di dalamnya (Hidayatullah, 2018). Dalam perkembangannya banyak sekali jenis kegiatan dan kompetisi cabang olahraga basket yang telah diadakan baik dari federasi olahraga tersebut maupun pihak lain yang ikut mengembangkan olahraga basket itu sendiri. Salah satu pihak yang juga berkonsentrasi dalam pengembangan olahraga basket adalah PT. DBL Indonesia yaitu perusahaan yang bergerak di bidang olahraga yang satu-satunya sebagai pelopor penyelenggara kompetisi secara profesional dan telah menjalankan kompetisi di seluruh Indonesia dan telah diakui oleh Museum Rekor Indonesia (MURI) sebagai penyelenggara kompetisi pelajar

yang memiliki penonton dan peserta terbanyak.

Sedangkan status gizi merupakan hasil dari keseimbangan atau perwujudan dari nutrisi dalam bentuk variabel tertentu (Supariasa, 2014). Keseimbangan antara 25 asupan dan kebutuhan zat gizi menentukan seseorang tergolong dalam kriteria status gizi tertentu, dan merupakan gambaran apa yang dikonsumsi dalam rentang waktu yang cukup lama (Sayogo, 2011). Status gizi baik memungkinkan perkembangan otak, pertumbuhan fisik, kemampuan kerja dan kesehatan secara umum pada tingkat yang paling tinggi (Almatsier, 2003).

PT. DBL Indonesia adalah perusahaan dibidang olahraga yang telah mengembangkan ikut mengembangkan olahraga basket dengan mendirikan sekolah basket DBL Academy yang berjalan selama tiga (3) tahun sampai saat ini. Dengan kurikulum yang berstandar International DBL Academy juga melakukan pengembangan dibidang gizi olahraga yang juga merupakan faktor penting dalam perkembangan

anak khususnya dalam olahraga basket.

Melalui penelitian ini akan dilakukan tes dan pengukuran untuk mengetahui status gizi siswa DBL Academy Surabaya secara keseluruhan dan juga dari masing-masing *stage* yaitu *stage Hoops*, *stage Rookie* dan juga *stage Starter*.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini merupakan penelitian deskriptif untuk menjelaskan fenomenal yang ada di mana data yang akan dikumpulkan berupa data kuantitatif. Tes dan Pengukuran yang dilakukan dalam penelitian ini merupakan tes dan pengukuran untuk mengetahui status gizi yang disesuaikan dengan umur seperti yang tercantum pada buku saku Standar Antrophometri Penilaian Status Gizi Anak (2010). Yaitu berat badan, tinggi badan, dari siswa sekolah basket DBL Academy.

Hal ini juga disesuaikan dengan tingkatan umur yang ada di sekolah basket DBL Academy yaitu terdiri dari tiga (3) *stage*, yang pertama *stage Hoops* dengan umur 7-9 tahun, yang kedua *stage Rookie* dengan umur 10-12 tahun, yang

ketiga *stage Starter* dengan umur 13-15 tahun.

Dan diketahui bahwa penilaian status gizi menggunakan pengukuran langsung diantaranya: antropometri, biokimia, klinis, dan biofisik; sedangkan untuk penilaian status gizi dengan pengukuran tidak langsung berupa survei konsumsi, statistik vital, dan faktor ekologi. Dalam penelitian ini menggunakan pengukuran status gizi secara langsung yaitu dengan menggunakan parameter antropometri yaitu menggunakan Indeks Massa Tubuh (IMT). IMT digunakan sebagai alat untuk memantau status gizi orang dewasa yang berhubungan dengan kelebihan dan kekurangan berat badan (Supriasa, 2014). Rumus yang digunakan untuk menghitung IMT sebagai berikut:

$$IMT = \frac{\text{Berat Badan (kg)}}{[\text{Tinggi Badan (m)}]^2} \times 100\%$$

Sedangkan dalam pengukuran IMT pada penelitian ini hasilnya akan disesuaikan dengan umur yang diperuntukkan untuk usia 5-19 tahun. Data yang telah ada akan diolah menggunakan *excel* dan

disesuaikan dengan rumus/table dari buku Standar Antrophometri Penilaian Status Gizi Anak (2010) sesuai umur masing-masing siswa.

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah statistik deskriptif. Statistik deskriptif adalah statistik yang digunakan untuk menganalisis data dengan cara mendeskripsikan atau menggambarkan data yang telah terkumpul sebagaimana adanya tanpa bermaksud membuat kesimpulan yang berlaku untuk umum atau generalisasi (Sugiyono, 2014: 147).

Untuk menghitung setiap kategori status gizi siswa sekolah basket DBL Academy menggunakan rumus sebagai berikut:

$$P = \frac{F}{N} \times 100\%$$

P = Persentase

F = Frekuensi yang sedang dicari persentasenya

N = Jumlah frekuensinya/banyaknya individu

HASIL PENELITIAN

Dalam penelitian ini diketahui berdasarkan seluruh *stage* yang ada pada sekolah DBL Academy dengan status gizi kurus sebanyak 1,1%, status gizi normal

50,6%, status gizi gemuk 23,6%, status gizi obesitas 24,7%. Data tersebut dapat dilihat dalam table berikut:

Tabel 1. Data Status Gizi Seluruh Siswa DBL Academy

Ambang Batas (Z-Score)	Kategori Status Gizi	Jumlah Siswa	%
<-3SD	sangat kurus	0	0
(-3SD)-(<-2SD)	Kurus	1	1.1
(-2SD)-(1SD)	normal	45	50.6
>1SD-2SD	gemuk	21	23.6
>2SD	obesitas	22	24.7
	Jumlah Siswa	89	

Diketahui bahwa siswa yang mempunyai status gizi normal lebih banyak yaitu 50,6% dengan jumlah 45 siswa, sedangkan siswa dengan status gizi obesitas 24,7% dengan jumlah 22 siswa, sedangkan untuk siswa dengan status gizi gemuk 23% dengan jumlah siswa 21 dan yang terakhir status gizi kurus 1,1% dengan jumlah siswa sebanyak 1 siswa. Selain itu data status gizi juga akan dilihat dari tiap-tiap *stage*.

Tabel 2. Data Status Gizi Siswa DBL Academy Stage Hoops

Ambang Batas (Z-Score)	Kategori Status Gizi	Jumlah Siswa	%
<-3SD	sangat kurus	0	0.0
(-3SD)-(<-2SD)	Kurus	1	4.5
(-2SD)-(1SD)	normal	6	27.

			3
>1SD-2SD	gemuk	5	22.7
>2SD	obesitas	10	45.5
	Jumlah	22	

Dari tabel status gizi untuk *stage Hoops* siswa dengan kategori status gizi obesitas lebih banyak yaitu 45,5% sejumlah 10 siswa dibanding status gizi gemuk yaitu 22,7% sejumlah 5 siswa maupun status gizi normal 27,3% sejumlah 6 siswa serta status gizi kurus 4,5% sejumlah 1 siswa.

Tabel 3. Data Status Gizi Siswa DBL Academy Stage Rookie

Ambang Batas (Z-Score)	Kategori Status Gizi	Jumlah Siswa	%
<-3SD	sangat kurus	0	0.0
(-3SD)-(<-2SD)	Kurus	0	0.0
(-2SD)-(1SD)	Normal	25	62.5
>1SD-2SD	Gemuk	7	17.5
>2SD	Obesitas	8	20.0
	Jumlah	40	

Dari tabel status gizi *stage Rookie* diketahui siswa dengan status gizi normal lebih banyak 62% sejumlah 25 siswa dibanding status gizi yang lain, yaitu status gizi gemuk 17,5% sejumlah 7 siswa dan dengan status gizi obesitas 20% sejumlah 8 siswa.

Tabel 4. Data Status Gizi Siswa DBL Academy Stage Starter

Ambang Batas (Z-Score)	Kategori Status Gizi	Jumlah Siswa	%
<-3SD	sangat kurus	0	0.0
(-3SD)-(<-2SD)	kurus	0	0.0
(-2SD)-(1SD)	normal	14	51.9
>1SD-2SD	gemuk	9	33.3
>2SD	obesitas	4	14.8
	Jumlah	27	

Dari tabel status gizi *stage Starter* diketahui siswa dengan status gizi normal lebih banyak 51,9% sejumlah 14 siswa dibandingkan dengan siswa dengan status gizi yang lain diantaranya siswa dengan status gizi gemuk 33,3% sejumlah 9 siswa dan siswa yang memiliki status gizi obesitas 14,8% sejumlah 4 siswa.

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian bahwa menunjukkan tingkat status gizi dari siswa DBL Academy baik secara keseluruhan maupun dari setiap *stage* antara *Hoops*, *Rookie* dan *Starter*.

Secara keseluruhan dari seluruh siswa DBL Academy jumlah siswa dengan status gizi normal paling banyak sebesar 50,6% dengan jumlah 45 siswa dari total 89 siswa. Untuk kategori status gizi gemuk

sebesar 23% dengan jumlah siswa 21 sedangkan siswa dengan status gizi obesitas sebesar 24,7% dengan jumlah 22 siswa, sedangkan untuk siswa dengan status gizi kurus sebesar 1,1% dengan jumlah siswa sebanyak 1 siswa.

Sedangkan hasil data penelitian yang di bedakan secara tingkatan *stage Hoops Rookie* dan *Starter* adalah untuk status gizi sangat kurus dimasing-masing *stage* tidak terdapat siswa yang memiliki status gizi tersebut, sedangkan untuk status gizi kurus di *stage Hoops* sebesar 4,5% dengan jumlah 1 siswa, sedangkan *stage Rookie* sebesar 0% atau tidak ada, dan untuk di *stage Starter* 0% atau tidak ada. Selanjutnya untuk status gizi normal di *stage Hoops* sebesar 27,3% dengan jumlah 6 siswa, di *stage Rookie* sebesar 62,5% dengan jumlah 25 siswa, dan untuk *stage Starter* sebesar 51,9% dengan jumlah 14 siswa.

Kemudian untuk status gizi gemuk, di *stage Hoops* sebesar 22,7% dengan jumlah 5 siswa, di *stage Rookie* sebesar 17,5% dengan jumlah 7 siswa dan di *stage Starter*

memiliki status gizi gemuk sebesar 33,3% dengan jumlah 9 siswa. Dan untuk kategori status gizi obesitas ada masing-masing stage adalah untuk di *stage Hoops* terdapat status gizi obesitas sebesar 45,5% dengan jumlah 10 siswa, sedangkan pada *stage Rookie* memiliki kategori status gizi obesitas sebesar 20% dengan jumlah 8 siswa. Dan untuk kategori status gizi obesitas di *stage Starter* sebesar 14,8% dengan jumlah 4 siswa.

Dari masing-masing stage memiliki persentase jumlah yang memiliki status gizi normal lebih besar berada pada *stage Rookie* dan *stage Starter* dengan persentase sebesar 62,5% dan 51,9% dan jumlah masing-masing siswa adalah 25 dan 14 siswa. Di sisi lain Untuk kategori obesitas *stage Hoops* memiliki persentase lebih besar dibanding persentase yang ada pada *stage Rookie* dan *stage Starter* yaitu sebesar 45,5% dengan jumlah 10 siswa sedangkan pada *stage Rookie* sebesar 20% dengan jumlah 8 siswa dan pada *stage Starter* sebesar 14,8% sebesar 4 siswa. Meskipun demikian setiap siswa memiliki tingkat status

gizi yang berbeda dengan latar belakang masing-masing yang berbeda pula.

Di kota Surabaya telah banyak berkembang pendidikan baik formal maupun informal yang diantaranya termasuk pendidikan dalam bentuk sekolah baik swasta maupun negeri. Sudah cukup banyak bentuk pendidikan yang berbentuk sekolah atau klub dalam dunia olahraga yang salah satunya adalah bola basket basket yang dalam perkembangannya masih sedikit mengalami kendala dalam masa proses berlangsungnya pendidikan tersebut. Dan Surabaya termasuk daerah yang melahirkan atlet-atlet basket berkelas nasional. Hal ini membuktikan bahwa animo basket di Surabaya sangatlah tinggi sehingga banyak pihak yang membangun sekolah basket dan di antaranya adalah DBL Academy Surabaya yang didirikan oleh PT DBL Indonesia.

DBL Academy Surabaya merupakan sekolah basket yang juga mengembangkan ilmu gizi olahraga dalam proses pendidikan didalamnya. Dalam melakukan

pengembangannya salah satu diantaranya adalah untuk mengetahui gambaran status gizi dari siswa yang telah masuk di sekolah basket DBL Academy dan hal tersebut akan terus dikembangkan dengan menyesuaikan kebutuhan dan perkembangan olahraga basket itu sendiri.

KESIMPULAN

Berdasarkan penelitian diatas dapat disimpulkan bahwa data status gizi dari siswa DBL Academy cukup beragam dan jumlah status gizi normal lebih banyak dibanding jumlah siswa dengan status gizi yang lain. Selanjutnya dengan adanya hasil data status gizi dari siswa DBL Academy akan lebih mudah untuk memetakan keadaan siswanya dan lebih mudah untuk memberikan perlakuan selanjutnya sesuai dengan tumbuh kembang siswa.

Namun jika dikelompokkan sesuai dengan *stage* masing-masing di *stage Hoops* memiliki persentase tingkat status gizi obesitas lebih banyak dibandingkan pada *stage Rookie* dan *stage Starter*. Dan untuk status gizi normal pada *stage Rookie* dan *stage Starter* memiliki persentase yang paling besar. Sedangkan untuk

kategori status gizi gemuk masing masing-masing *stage* memiliki persentase dibawah persentase pada status gizi normal.

Seperti penelitian yang telah dilakukan oleh Mutmiannah (2013) bahwa Status gizi dipengaruhi oleh konsumsi pangan yang disesuaikan dengan kecukupan zat gizi seseorang berdasarkan jenis kelamin, umur, berat badan, tinggi badan dan aktivitas fisik. Konsumsi pangan seseorang berbeda-beda, pola konsumsi merupakan salah satu istilah untuk menggambarkan kebiasaan dan perilaku yang berhubungan dengan makanan dan makan. Hal ini dapat mempermudah peneliti apa yang harus dilakukan guna meningkatkan keilmuan dibidang gizi dan untuk membangun perkembangan anak dibidang gizi melalui sekolah basket DBL Academy Surabaya.

SARAN

Sehubungan dengan hasil penelitian mengenai gambaran status gizi siswa DBL Academy di Surabaya Selatan, maka penulis mengajukan saran-saran sebagai berikut; (1) disarankan untuk para siswa DBL Academy di Surabaya selatan, lebih bisa menjaga asupan

makanan sehari-harinya sebagai wujud kepedulian terhadap kesehatan sendiri untuk menuju kondisi badan serta pertumbuhan yang ideal dan maksimal, (2) disarankan kepada DBL Academy untuk bisa lebih meningkatkan perkembangan mengenai gizi olahraga untuk bisa memberikan pengetahuan dan perlakuan terhadap siswa sekolah basket DBL Academy guna menciptakan hidup sehat yang akan berpengaruh terhadap siswa DBL Academy dalam mengatur pola hidup hidup sehat dalam kehidupan mereka.

DAFTAR PUSTAKA

- Agnes Grace, (2017). *Hubungan Pengetahuan Gizi Dan Pola Konsumsi Dengan Status Gizi Pada Mahasiswa TPB Sekolah Bisnis Dan Manajemen Institut Teknologi Bandung*
- Dinah Soraya, Dadang Sukandar, Tiurma Sinaga. (2017). *Hubungan Pengetahuan Gizi, Tingkat Kecukupan Zat Gizi, Dan Aktivitas Fisik Dengan Status Gizi Pada Guru Smp*. Copyright © 2017; Jurnal Gizi Indonesia(The Indonesian Journal of Nutrition), 6 (1), 2017e-ISSN: 2338-3119, p-ISSN: 1858-4942.
- Djoko Pekik Irianto. (1989). *Gizi Untuk Aktivitas Dan Olahraga*
- Endang Rini Sukamti. (1994). *Pengaruh Gizi Terhadap Pertumbuhan Dan Perkembangan Anak*. Cakrawala Pendidikan Nomo 3, Tahun XIII, November 199
- Hidayatullah, F. (2018). *Hubungan Kelincahan dengan Keterampilan Menggiring Bola Basket Mahasiswa Baru Program Studi Pendidikan Olahraga STKIP PGRI Bangkalan*. Journal Sport Area, 3(1), 28-35.
- Hidayatullah, F. (2017). *Ketepatan Penggunaan Istilah Pada Pembelajaran Pendidikan Jasmani Materi Permainan Bola Besar Siswa Sekolah Menengah Pertama Negeri Kecamatan Bangkalan*. Prosiding Seminar Nasional Hasil Penelitian Pendidikan dan Pembelajaran.
- Sugiyono. (2014). *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta
- Maksum, Ali. (2012). *Metodologi Penelitian Dalam Olahraga*. Unesa University Press.
- Mutmainnah, Djunaidi M. Dachlan, Nukhravi Nawir. (2013). *Gambaran Pengetahuan Umum Gizi Olahraga Pelatih Dan Status Gizi Antropometri Siswa Sekolah Sepak Bola (SSB) Di Karebosi Makassar*.
- Nurjannah, (2018). *Profil Status Gizi, Pertumbuhan Dan*

Didit Pamungkas, *Gambaran status gizi siswa*

Perkembangan Balita Di
Wilayah Kerja Puskesmas
Kawatuna Tahun 2018

Sugiyono. (2014). Metode Penelitian
Pendidikan Pendekatan
Kuantitatif, Kualitatif, dan
R&D. Bandung: Alfabeta